DOCUMENT RESUME

ED 357 817 PS 020 848

| | |
|---|---|
| AUTHOR | Hammer, Judith McGowan; O'Bar, Angelina Merenda |
| TITLE | Growing Up Strong: A Mental Wellness and Life Skills Development Program. Spanish Bilingual Supplement for Preschoolers. |
| INSTITUTION | Oklahoma Univ., Norman. Center for Child and Family Development. |
| SPONS AGENCY | Oklahoma State Dept. of Mental Health, Stillwater. |
| PUB DATE | 89 |
| NOTE | 47p.; For other kits in this series, see PS 020 849-855. Large classroom posters not included here. |
| AVAILABLE FROM | Center for Child and Family Development, The University of Oklahoma, 555 Constitution, Suite 221, Norman, OK 73037-0005 ($25, plus $2.50 postage and handling). |
| PUB TYPE | Guides - Classroom Use - Teaching Guides (For Teacher) (052) -- Multilingual/Bilingual Materials (171) |
| LANGUAGE | English; Spanish |
| EDRS PRICE | MF01 Plus Postage. PC Not Available from EDRS. |
| DESCRIPTORS | Activity Units; *Bilingual Education; Child Rearing; Class Activities; *Daily Living Skills; Decision Making Skills; *Early Intervention; Family Programs; *Hispanic Americans; Instructional Materials; Language Skills; Learning Activities; Mental Health; Multicultural Education; *Parent Participation; Parent Student Relationship; Preschool Children; Preschool Education; *Prevention; Safety; Self Esteem; Spanish Speaking; Substance Abuse; Teaching Guides |
| IDENTIFIERS | *Growing Up Strong Program |

ABSTRACT

Growing Up Strong (GUS), a mental health and substance abuse prevention program, was developed to help preschoolers through sixth graders gain improved mental and physical health and establish positive relationships with significant adults. The Spanish Bilingual Supplement to the preschool-level GUS program also promotes respect for Spanish language and cultures. This document includes an English-language teacher's guide and Spanish-language duplication masters of materials to be sent home with children to promote family involvement. The teacher's guide explains GUS's multicultural approach; discusses bilingual education; and presents guidelines for implementing GUS, involving the family, and integrating culturally sensitive learning experiences in preschool. Five learning experiences, involving story telling, stress management, native languages, craft demonstrations, and community role models, are detailed, and 21 books and resources are listed. The Spanish-language materials for at-home use include: (1) a letter to the family explaining the GUS program, the importance of family participation, and tips on parenting; (2) information sheets for parents, advising them to believe in their children, value good health, set a good example in medication use, teach their children responsibility, let children solve their own problems, and permit children to say "no"; and (3) activity sheets for children, including pages on which children can draw things that make them feel good or annoy them; sheets on which to identify things that are bad for them; and sheets covering such activities as putting away toys, going to the store, and traveling through the neighborhood safely. Sample awards for children and GUS promotional materials are included. (AC)

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION
Office of Educational Research and Improvement
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

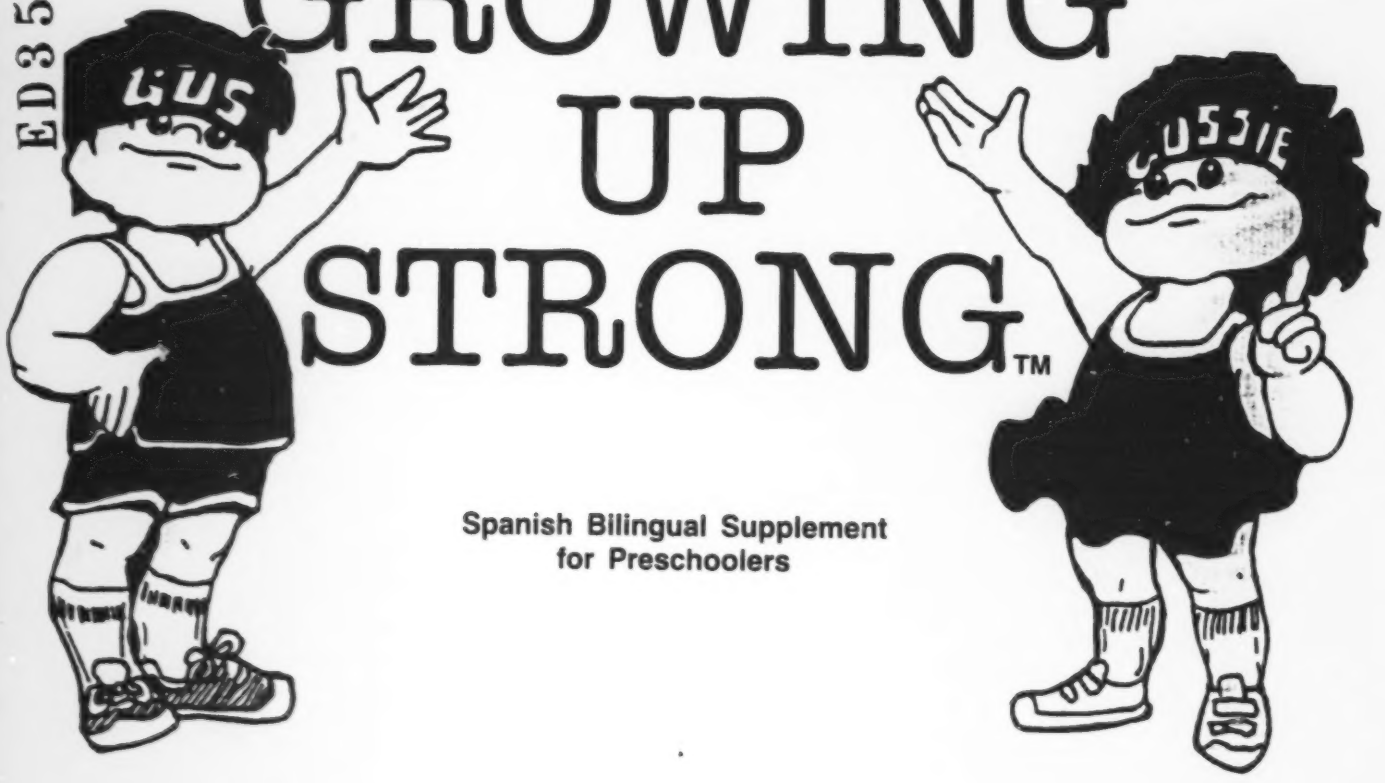
☐ This document has been reproduced as received from the person or organization originating it.

X Minor changes have been made to improve reproduction quality.

• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official OERI position or policy.

ED357817

# GROWING UP STRONG™




**Spanish Bilingual Supplement for Preschoolers**

"PERMISSION TO REPRODUCE THIS MATERIAL IN **OTHER THAN PAPER COPY** HAS BEEN GRANTED BY

Randy Rogers

TO THE EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)."

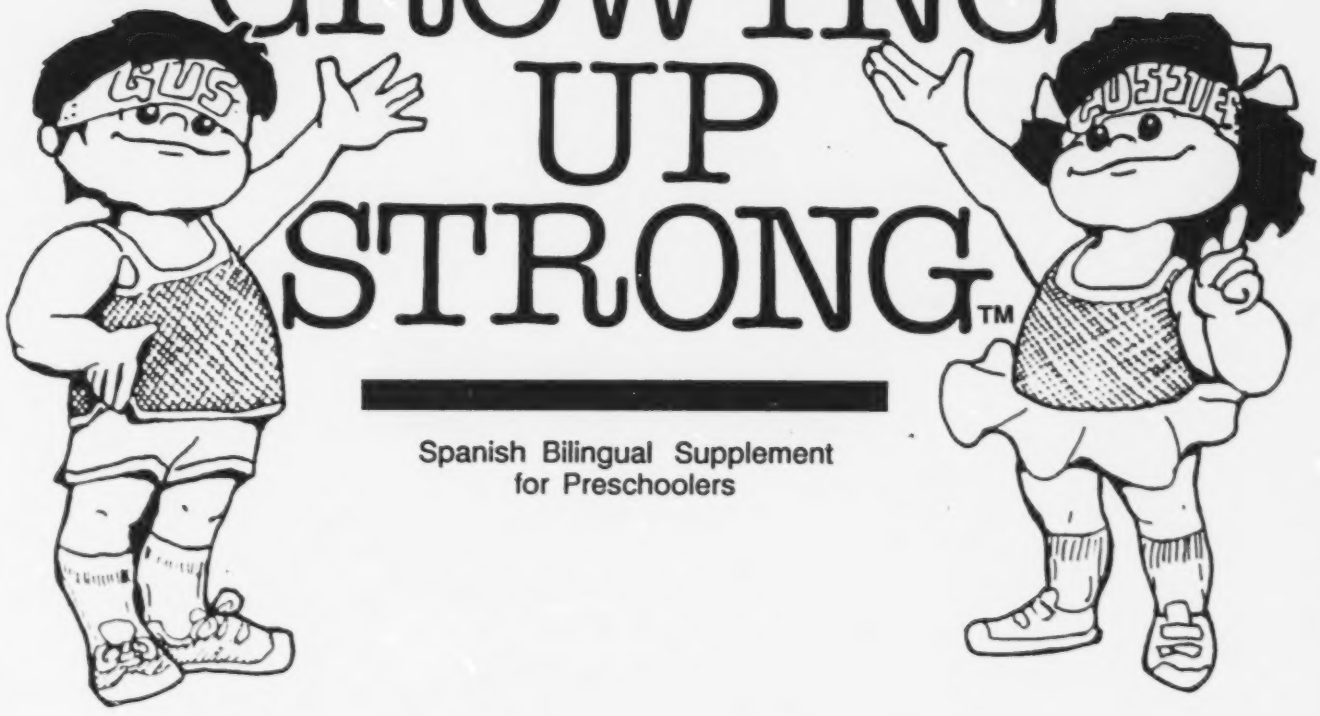
Research Funded by:
Oklahoma State Department of Mental Health
and Substance Abuse Services
Prevention Section

Developed by:
Center for Child and Family Development
Public Responsibility and Community Affairs
Continuing Education and Public Service
The University of Oklahoma

PS 020848

Teacher's Guide

# GROWING UP STRONG™




Spanish Bilingual Supplement
for Preschoolers

Research Funded By:
Oklahoma State Department of Mental Health
and Substance Abuse Services
Prevention Section

Developed By:
Center for Child and Family Development
Public Responsibility and Community Affairs
Continuing Education and Public Service
The University of Oklahoma

**ACKNOWLEDGEMENTS**

The administration, staff, children, and families of ¡Celebrations! Bilingual Preschool in Oklahoma City for piloting, review, and encouragement.

**Judith McGowen Hammer** for writing and administrative support.
**Angelina Merenda O'Bar** for networking and developmental coordination.
**Carol Sue Robinson** for final editing and publication management.
**Carolyn Keyes** for production assistance.
**David Clark** for cultural adaptations and Spanish language editing.
**Elizabeth (Lisa) Durham** for translation of the family involvement materials and program consultation.
**R. Thomas Silva** for bilingual consultation and technical assistance.
**Gary Kramer** for GUS and GUSSIE illustrations.
**Ben Long** for computer graphics.
**Phyllis Alexander** for consultation and final review.
**John Steffens** for division-level support and promotion of materials.
**Julie Summers** for resource compilation.
**Patricia T. Marks** for project consultation and review.
**Jan Hardwick** for project monitoring and encouragement

# GROWING • UP • STRONG™

Spanish Bilingual Supplement
for Preschoolers

Research Funded By:
Oklahoma State Department of Mental Health
and Substance Abuse Services
Prevention Section

Developed By:
Center for Child and Family Development
Judith McGowen Hammer, Director
Angelina Merenda O'Bar, Associate Director

Public Responsibility and Community Affairs
John E. Steffens, Assistant Vice Provost

Continuing Education and Public Service
James P. Pappas, Vice Provost

The University of Oklahoma

**GROWING UP STRONG (GUS) materials and GUS and GUSSIE characters © October 1989, Board of Regents at the University of Oklahoma through the Center for Child and Family Development.** All rights reserved. Permission to reproduce any portion of this curriculum is required. "Family Focus" information and activity duplication masters may be reproduced for student use. Requests for permission to reproduce any portion of this *GROWING UP STRONG Teacher's Guide* should be addressed to: University of Oklahoma, Center for Child and Family Development, 555 E. Constitution St., Suite 221, Norman, Oklahoma 73037-0005. The GUS and GUSSIE characters are a trademark of the GROWING UP STRONG program.

**For training and technical assistance, contact:**

**University of Oklahoma**
**Center for Child and Family Development**
**555 E. Constitution St.**
**Norman, Oklahoma 73037-0005**
**(405)325-1446**
**(800)522-0772 ext. 1446 (inside Oklahoma)**
**(800)523-7363 ext. 1446 (outside Oklahoma)**

Dedication

This edition of the Spanish Bilingual Supplement to GROWING UP STRONG for Preschoolers is dedicated to David D. Clark, Spanish editor of *World Literature Today,* for his generosity, commitment, and expertise. Without David's encouragement and guidance, the supplement would still be "work-in-progress".

## Spanish Editor's Forward

GROWING UP STRONG (GUS), A Mental Wellness and Substance Abuse Prevention Program for Preschool through Sixth Grade, has expanded rapidly since the 1983 pilot. The animated, childlike characters GUS and GUSSIE have been introduced to thousands of classrooms and homes in the United States and other countries. GROWING UP STRONG has helped children gain improved mental and physical health and establish more positive relationships with significant adults. The widespread adoption of GROWING UP STRONG reflects the fact that GUS addresses needs which transcend ethnic and socio-economic boundaries. To make the material more readily accessible to diverse cultural and linguistic communities, the Center for Child and Family Development is producing supplements for non-English and bilingual speakers in a variety of languages.

The Spanish Bilingual Supplement to Preschool GROWING UP STRONG is intended to promote respect for Spanish language and cultures, while creating an environment in which Spanish-speaking children and their families can proudly accept their heritage. Great care has been taken to retain the content and spirit of the original English version, although direct translations have been avoided. National and regional variations of Spanish create difficulties for the development of a text that is understandable, relevant, and dynamic. An earnest effort has been made to avoid the use of regionalisms and to provide terminology with the broadest application.

Spanish utilizes the masculine forms of nouns to denote masculine gender and gender that is *both* masculine and feminine. Although feminine singular and plural forms of nouns exist in Spanish, including masculine and feminine nouns each time the two genders are implied is cumbersome and detracts from the readability of the text. The word *hijos,* for example, is used instead of *hijos(as), hijos/hijas,* or some such formulation. *Hijos* is most often used to mean "sons and daughters" and not exclusively "sons".

It should be noted that the materials and texts provided in this supplement are not viewed by the authors, translators, or editors as definitive. GROWING UP STRONG is continuously re-evaluated and refined through interaction with educators, children, and their families. It is the expressed hope of all those involved in producing GROWING UP STRONG that the process will continue through freely expressed ideas or suggestions from those who utilize this supplement.

*David D. Clark*
*The University of Oklahoma*

## Table of Contents


Dedication ..... 3

Spanish Editor's Forward ..... 4

Multicultural Approach to Prevention ..... 5

Bilingual Approach ..... 6

Implementing GUS ..... 7

Family Involvement ..... 7

Adaptable Activities ..... 8

Sample Activities ..... 9

Duplication Masters ..... 14

Books and Resources ..... 15


## A Multicultural Approach to Prevention

The Center for Child and Family Development (CCFD) supports the Southern Association on Children Under Six (SACUS) philosophy that, "Multicultural education is a living, growing, changing concept, responding to a living, growing, changing world." GROWING UP STRONG (GUS) is based on the assumption that all children need a sense of belonging, heightened self-esteem, life skills development, and a positive self-concept. Multicultural education provides developmentally appropriate experiences for children based on both appreciation and respect for cultural differences. Respect for cultural differences is essential for decreasing discrimination based on race, sex, social class, age, and mental or physical handicaps.

Cultural stereotyping is so pervasive in contemporary society that children begin to internalize negative attitudes toward themselves or others at a very early age. Children may limit their socio-cognitive development through low personal expectations or contribute to the low self-esteem of others through discriminatory behavior. Promoting mental wellness and preventing substance abuse necessitates positive interactions between children and significant adults. Toward that end, teachers and adult family members can model multiculturally respectful behavior and demonstrate pride and acceptance of their cultures of origin.

## Bilingual Approach

Language can be acquired or learned or a combination of the two. A first language, or native language, is acquired in stages, beginning with the cooing and babbling of infants. Language mastery usually occurs between ages seven to ten.

If a second language is acquired rather than taught, extensive listening opportunities must be available. Acquisition is a subconscious process but there should be a direct focus on the needs and interests of the students. All attempts at communication in the second language should be praised and reinforced. Errors should be accepted as part of the developmental process and *not corrected*. Child-centered situational activities facilitate the acquisition of a second language.

If you choose to combine second language acquisition for preschoolers with the learning process, please note the following stages that are necessary to the acquisition of a second language.

**Preproduction Stage:** begins with gestures and includes a "silent period". Children will use language orally when they are ready. Extensive listening experiences are necessary.

**Simple Production Stage:** single words are spoken and some common speech patterns emerge. All attempts at using the second language should be praised and reinforced. Avoid correcting errors.

**Early Production Stage:** phrases and simple sentences are spoken. Preschool children may begin interchanging or mixing the two languages. This stage is comparable to the two and three-word sentences spoken by toddlers and two-year-olds during the acquisition of a first language.

**Speech Emergence:** Original thoughts and complete sentences are spoken. Language mastery should not be expected from a preschooler in either a first or second language. When original thoughts can be transmitted in a second language, bilingual status has been achieved.

## Implementing GUS

The Preschool Spanish Bilingual Supplement should be used with the Second Edition of *GROWING UP STRONG for Preschoolers.* The supplement is not intended for use without the basic GUS program. Used alone, the supplement is not a prevention program.

The supplement was designed for use with either a predominantly bilingual or mixed classroom and for use by all teachers, Spanish-speaking or not. Sample activities should be adjusted to the developmental level of individual participating children. Training, technical assistance, and program evaluation services are available, if needed, from the Center for Child and Family Development.

## Family Involvement

Hispanic people care about their children. The "Family Focus" handouts and special awards are an important component of the GUS program and will be a natural extension of your current contact with families. Research findings indicate that children respond most favorably to prevention messages from their parents or significant adult family members. Use "Family Focus" for parent meetings and workshops as well as reinforcement for prevention concepts taught in your classrooms.

The duplication masters included with this supplement are written in Spanish. They match the English version included in the Second Edition of Preschool GUS. It is strongly recommended that "Family Focus" handouts be duplicated in English on one side and Spanish on the other. Families will benefit from exposure to both languages. GUS is both multicultural and multilingual.

## Adaptable Activities

A multicultural approach prohibits a delineation of "cultural activity time". Providing culturally sensitive, developmentally appropriate activities for children should be a regular part of your classroom curriculum, not a special event. Several sample activities which can be adapted to your own population have been included. If your first response to an activity is "we don't do it that way", simply adapt or change the activity. If you are not bilingual and/or are not well acquainted with Hispanic cultures, there are books listed in the Resource Section which may help. Asking parents or Hispanic community members for help is another solution. There may be an Hispanic Cultural Center in your area as well. The critical point is not how knowledgeable you are; it is how respectful you can be.

Cathy Gutierrez at Texas Tech University suggest the following generic approach to "Providing Culturally Sensitive Experiences":

1. Have the children draw, paint, or sculpt the type of housing used.
2. Help the children make a costume or a part of traditional dress.
3. Cook cultural foods that permit children's participation.
4. Provide stories or books that are culturally related.
5. Teach simple songs, games, and dances from that culture.
6. Teach children to say, "Hello, good-by, thank you, and my name is . . ." in the native language of that culture.
7. Try to obtain or make artifacts true to the culture. A museum field trip is useful when followed by a classroom experience.
8. Recreate or role-play the usual modes of transportation used by the culture.

Storytelling or verbal history is an important part of many Hispanic cultures. A storyteller from your community is one alternative to reading appropriate stories to your children.

Activity #1 Storytelling

Curriculum Area:

Language Arts

Objectives:

To encourage language development.
To encourage creative expression.
To foster appreciation for verbal histories.

Procedure:

1. If possible, arrange for local storytellers to visit your classroom. The storyteller might be a relative of your students or an older person who remembers the stories of his youth. You may be lucky enough to have a person known as a storyteller in your area.
2. After the children have heard stories, suggest they tell stories through GUS and GUSSIE puppets. You might want to offer topics or beginning sentences.
3. An alternative to a storyteller would be to read books to the class containing simple creation myths or explanations of natural occurences.
4. Children could have a "round robin" in which each tells a part of a continuing story. A simple adventure theme is an easy one for children to keep going.

Reinforcement:

The *Just So* stories by Rudyard Kipling, which explain how the elephant got his trunk, the rhinoceros got his skin, and how other animals developed their special qualities, are a good comparison for natural explanations in another culture.

Activity #2 Stress Management

Curriculum Area:

Health, music and art

Objectives:

To prevent substance abuse through stress reduction.
To foster a healthy learning environment.
To encourage creative expression.

Procedure:

1. If possible, arrange a mini-concert by Hispanic musicians. Spanish language music is also available on tapes and records. GUS songs on records and cassettes are available in English and Spanish from Melody House.
2. Ask the children to talk about how the music makes them feel--peaceful, alert, happy, or sad. Encourage the children to move with the music.
3. Combine with an art activity by having children choose the color they associate with music and, with their eyes closed, make dots or small marks on paper. When they open their eyes, have the children connect the dots together to make a picture of what they see in the pattern of dots. The end product may or may not be representative art. That is to say, the pictures may be recognizable or not. The objective is to experience creative expression from the feelings fostered by the music. *This could be a relaxation exercise for teachers as well as children.*

Reinforcement:

If musicians are willing to show the children how to use the instruments, they can have a hands-on experience. Some instruments can be replicated for a class project or may be available in a rhythm band collection.

Activity #3 Native Languages

Curriculum Area:

Language arts

Objectives:

To foster appreciation for cultural differences.
To encourage language development.

Procedure:

1. Depending on your location, there may be one or several languages or dialects spoken. If possible, arrange to make all the languages available to your students through community representatives or family members.
2. Arrange to have children in your classroom taught to say:
   - hello
   - good-by
   - thank you
   - my name is . . .
3. For several days, encourage the children to practice by greeting each other in a specific language.
4. Children might want to learn the words for several common items or might have special requests for particular words.

Reinforcement:

Teach children the same words in languages not in your area.

Arrange to have the children taught the same words in sign language, either American Indian sign language or sign language for the deaf.

Activity #4 Craft Demonstrations

Curriculum Area:

Creative expression and science

Objectives:

To provide a positive alternative to substance abuse.
To reduce stress through creative expression.
To share a traditional craft.

Procedure:

1. Some suggested demonstration categories are jewelry-making, pottery, and carving. Choose crafts from what is available in your area.
2. A simple project for children to do with or after the demonstration will enhance the experience. Working in clay is a good experience for preschool children.
3. Avoid using this type of experience to provide gifts for parents. Very young children may be distressed at giving up their creations. Display all of the children's work for the class to enjoy.
4. This activity could be repeated until all craft categories have been utilized.

Activity #5 Community Role Models

Curriculum Area:

Social studies

Objectives:

To provide positive community role models for children.
To introduce community workers to young children.
To counter negative stereotypes.

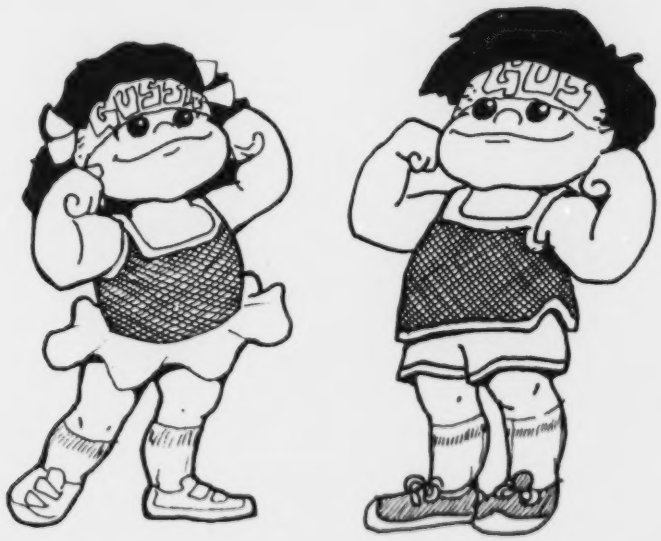
Procedure:

1. Field trips to local businesses and organizations will permit children to observe potential Hispanic role models in a natural setting.
2. If field trips are not feasible, invite potential role models to your class. Children are often impressed with the details of someone's job. A chef's hat, for example, and a demonstration of slicing vegetables might be more interesting than a person with a high status job of company president.
3. This is a project which could be spaced out during the year with one occupation or role model per month.

Reinforcement:

The children could benefit further from dramatic play focused on community workers by making "pretend" props available in a learning center.

The children could make an "occupations" collage by cutting or tearing pictures from magazines and pasting them on stiff paper. Magic markers can be used to draw a symbol of a favorite occupation or a picture of a community worker on top of the pasted pictures. The availability of career choices is a good reinforcement for all children.



## Duplication Masters

| Spanish Titles | English Titles |
|---|---|
| GROWING UP STRONG<br>Carta a la Familia | GROWING UP STRONG<br>Letter to the Family |
| La Importancia de la Participación Familiar | The Importance of Family Involvement |
| Confíe en Su Hijo | Believe in Your Child |
| ¡Dibuja algo que te haga sentir bien! | Draw something that makes you feel good! |
| ¿Qué te hace enojar?<br>Dibújalo. | What makes you angry?<br>Draw it. |
| Valoriza la Buena Salud | Value Good Health |
| ¡AY! ¡AY!<br>¡GUS ESTÁ HERIDO! | OUCH! OUCH!<br>GUS IS HURT! |
| MARCA CON UNA *X* GRANDE<br>LAS COSAS QUE NO SON<br>BUENAS PARA LOS NIÑOS | CROSS OUT<br>THE THINGS THAT<br>ARE *NOT* GOOD<br>FOR KIDS |
| Proporcione a Su Niño<br>Alguna Responsabilidad | Give Your Child<br>Some Responsibility |
| Adquiriendo Responsabilidades Hogareñas | Taking Responsibility<br>Around the House |
| AYDEMOS A GUSSIE Y A GUS<br>A GUARDAR LOS JUGUETES | LET'S HELP GUSSIE AND<br>GUS PUT THE TOYS AWAY |
| Permita a los Niños Decir ¡No! | Let Children Say No! |
| Vamos a la Tienda | Going to the Grocery Store |
| Ayude a Su Niño a Aprender Cómo Solucionar<br>Mejor Sus Problemas | Help your child to become<br>a better PROBLEM-SOLVER |
| AYUDE A GUSSIE A<br>ENCONTRAR EL CAMINO<br>PARA VISITAR A GUS. | HELP GUSSIE FIND<br>A WAY TO VISIT<br>GUS. |
| ¿Cómo ayudas en tu hogar?<br>Dibújalo. | How do you help at home?<br>Draw a picture. |
| Permita a sus Niños a Resolver<br>Sus Propios Problemas | Let Children Solve Their<br>Own Problems |
| Diplo-Grama | Award-o-Gram |
| Felicigrama | Happygram |
| Día de Felicidad | Happy-Day-Feelings Award |

Spanish duplication masters are included in this supplement. English duplication masters are contained in Preschool GUS, Second Edition.

## Books and Resources

### Children's Books in Spanish


Berenstain, Stan and Jan. *El bebé de los osos Berenstain (The Berenstain Bears' New Baby)*. Translated by Pilar de Cuenca and Inés Alvarez. New York: Random House, 1982.

Charles, Donald. *El año de Gato Galano (Calico Cat's Year)*. Translated by Alma F. Ada. Chicago: Children's Press, 1985.

Charles, Donald. *Cuenta con Gato Galano (Count on Calico Cat)*. Translated by Alma F. Ada. Chicago: Children's Press, 1985.

Charles, Donald. *El libro de ejercicios de Gato Galano (Calico Cat's Exercise Book)*. Translated by Alma F. Ada. Chicago: Children's Press, 1985.

Eastman, Phillip. *Perro Grande . . . Perro Pequeño (Big dog . . . Little Dog)*. Translated by Pilar De Cuenca and Inés Alvarez. New York: Random House, 1982.

Friskey, Margaret. *Pollito Pequeñito cuenta hasta diez (Chicken Little Counts to Ten)*. Translated by Lada Kratky. Chicago: Children's Press, 1984.

Griego, Margot C., Betsy L. Bucks, Sharon S. Gilbert, and Laurel H. Kimball. *Tortillas para Mamá and Other Nursery Rhymes: Spanish and English*. New York: Holt, Rinehart, & Winston, 1981.

Hoff, Syd. *Danielito y el dinosauro (Danny and the Dinosaur)*. Translated by Pura Belpré. New York: Harper & Row Publishers, 1969.

Kessler, Leonard. *Aquí viene el ponchado (Here Comes the Strikeout)*. Translated by Pura Belpré. New York: Harper & Row Publishers, 1969.

Kouzel, Daisy. *El premio del cuco (The Cuckoo's Reward)*. New York: Doubleday, 1977.

Provensen, Alice and Martin Provensen. *El libro de las estaciones (A Book of Seasons)*. Translated by Pilar de Cuenca and Inés Alvarez. New York: Random House, 1982.

Rey, H.A. *Jorge el curioso (Curious George)*. Translated by Pedro Villa Fernandez. Boston: Houghton Mifflin Co., 1961.

Schon, Isabel. *Doña Blanca and Other Hispanic Nursery Rhymes and Games*. Minneapolis: T.S. Denison & Company, 1961.

Vigna, Judith. *Gregorio y sus puntos (Gregory's Stitches)*. Translated by Alma F. Ada. Chicago: Albert Whitman & Company, 1976.


### Children's Books about Hispanic Culture


Martel, Cruz. *Yagua Days*. New York: The Dial Press, 1976.

Politi, Leo. *The Nicest Gift*. New York: Scribner Book Company, 1963.


### Resources for Children's Literature in Spanish


Allen, Adela Artola, Ph.D. *Library Services for Hispanic Children: A Guide for Public School Historians*, Oryx Press, 1987.

Dale, Doris Cruger. *Bilingual Books in Spanish and English for Children*. Littleton, CO: Libraries Unlimited, 1985.

*A Directory of Ethnic Publishers and Resource Organizations*. Chicago: American Library Association, 1979.

*Lector - The Review Journal for Spanish Language and Bilingual Materials.*

*Schon, Isabel, Ph.D. Books in Spanish for Children and Young Adults: An Annotated Guide, Series III*. The Scarecrow Press, Inc., 1985.

## Prevention Technology Resources

**Drug-Free Schools and Communities Centers**

Northeast Regional Center
Drug-Free Schools and Communities
12 Overton Avenue
Sayville, NY 11782-0403
(516)589-7022

Southeast Regional Center
Drug-Free Schools and Communities
100 Edgewood Avenue, Suite 1110
Atlanta, GA 30303
(404)688-9227
(800)241-7946

Midwest Regional Center
Drug-Free Schools and Communities
2001 N. Clybourn, Suite 302
Chicago, IL 60614
(312)883-8888

Southwest Regional Center
Drug-Free Schools and Communities
555 E. Constitution St.
Norman, OK 73037
(405)325-1454
(800)234-SWRC

Western Regional Center
Drug-Free Schools and Communities
101 S.W. Main Street, Suite 500
Portland, OR 97204
(503)275-9479
(800)547-6339 (outside Oregon)

---

National Clearinghouse
for Bilingual Education
1118 22nd Street NW
Washington, DC 20037
(202)467-0867
(800)321-NCBE
FAX (202)429-9766

Bilingual Education Multifunctional
Resource Center
The University of Oklahoma
555 Constitution St.
Norman, OK 73037
(405)325-1731

Melody House
819 N.W. 92nd St.
Oklahoma City, OK 73114
(405) 840-3383

## GROWING UP STRONG

**Carta a la Familia**

La escuela de su hijo está utilizando GROWING UP STRONG (GUS), un programa de prevención anti-drogas y de salud mental para los niños de edad pre-escolar. ¿Por qué un programa de prevención para niños tan pequeños? Porque antes de que los niños se vean expuestos al problema de drogadicción es necesario prevenirlos. Piense en la prevención como si fuera una vacuna. Algunas vacunas evitan la enfermedad y otras la hacen menos severa. ¡GROWING UP STRONG se ha utilizado en cientos de salones de clases y se ha evaluado como una herramienta de prevención básica muy efectiva!

**¿Cómo se utiliza GUS?** GROWING UP STRONG se enfoca en el concepto del niño y el conocimiento de sí mismo, enseñándole las aptitudes de supervivencia siguientes:

- hacer decisiones
- resolver problemas
- aceptar responsabilidad
- tomar una actitud firme.

GUS y GUSSIE, los personajes que ilustran GROWING UP STRONG se usan en el programa como muñecos o títeres de mano y serán los nuevos amigos de su hijo en la escuela. ¡Esperen oír frecuentemente acerca de ellos!

El éxito de un programa de prevención depende de la participación conjunta entre la escuela, las familias y la comunidad. La participación familiar es un aspecto muy importante en el programa de GUS. GROWING UP STRONG ha desarrollado hojas de actividades de orientación y participación familiar con objeto de que usted las use con sus hijos. Usted las irá recibiendo durante el transcurso del año escolar. Puede sacar copias fotostáticas de dichas hojas. Muchas familias prefieren tener varias copias de cada hoja para usarlas posteriormente con otros niños de la familia. Usted puede ayudar a GUS y a GUSSIE leyendo las hojas informativas y enseguida haciendo las actividades con su hijo. Motive a su hijo a practicar las aptitudes de «supervivencia» en el hogar.

Al reverso de esta hoja encontrará varios consejos referentes a GUS que le ayudarán a usted a desarrollar sus aptitudes paternas de «supervivencia».

El divertirse es una parte importante en la salud mental, así es que, ¡DIVIÉRTASE CON SU HIJO!

## La Importancia de la Participación Familiar

Con frecuencia se ha dicho que el ser padres es uno de los trabajos más importantes de la vida--un trabajo para el cual no existe estudio ni entrenamiento. Afortunadamente, este dicho ya no es tan cierto como antes. Actualmente existe mucha información disponible para ayudar a los padres en la tremenda tarea de criar hijos sanos, felices y bien adaptados.

El simple hecho de leer esta hoja demuestra su preocupación por el bienestar mental de su hijo. Tal vez usted aprenda nuevas ideas de GUS o quizás encuentre que todo el tiempo ha estado en el camino correcto. Una cosa es segura: que nadie puede sustituirlo a usted en ayudar a su niño a desarrollar los hábitos que serán fundamentales en el futuro. Los niños aprenden de nosotros por observación e imitación, nos guste o no.

¡Por favor, empiece ahora mismo a usar las actividades de GUS! Incorpórelas a su vida familiar y úselas con frecuencia. Los niños pequeños necesitan repetición constante y apoyo para que puedan aprender y/o disfrutar una actividad familiar. (Observe como su hijo quiere oír la misma historia, «leer» el mismo libro frecuentemente o jugar con el mismo juguete.)

### GUS--Consejos Para la Familia

Las hojas de información y actividades de GUS incluyen sugerencias específicas para su consideración. Sin embargo, los siguientes «consejos adicionales» le ayudarán más adelante para crear un ambiente agradable y positivo en su hogar. En los días en que nada parece salir bien, usted deseará volver a leer estas sugerencias.

Recuerde, los miembros familiares desarrollan tensiones en su vida cotidiana, a pesar de su buen acoplamiento en un día «normal». Algunas veces estas tensiones se transmiten a los hijos, sin que nos demos cuenta de ello. No debemos perder de vista el hecho de que la vida del niño también está llena de tensiones, porque ellos tienen mucho que aprender en cada etapa de su desarrollo. Su hijo necesita oír todos los días que usted lo quiere, lo ama, piensa lo mejor de él o ella y que lo tiene en buen concepto. Los hijos nunca se cansan de oírle decir que usted está encantado de ser padre--o madre--de un niño tan especial. Decirle: «El que tú seas mi hijo me hace feliz» y abrazarlo, nunca estará de sobra. Los niños desarrollan su auto-concepto como si vieran su imagen reflejada en un espejo; esta imagen refleja lo que les dice su familia y la forma en que son tratados por los miembros de la familia.

- Tenga siempre presente divertirse con su hijo. La risa es la mejor forma de combatir preocupaciones y aliviar tensiones. Los niños aprenden a través de juegos, así es que, juegue con su hijo tan frecuentemente como pueda.

- Si usted quiere que su hijo respete los sentimientos de otras personas, usted tiene que respetar los sentimientos de su hijo. Por ejemplo, si observa que su hijo está molesto, dígale, «Ya veo que estás molesto. ¿Puedes decirme qué pasa?» en vez de decirle, «No deberías estar molesto».

- No critique ni reprenda a su hijo en presencia de otras personas, ya sean adultos u otros niños. Para llamar su atención, pláticas en privado o «señales secretas» producen resultados mejores y cultivan una «imagen mejor de sí mismo».

- ¿Está usted cansado de solicitar ayuda sin conseguirla? Entonces, trate de cambiar lugares con su hijo. Deje que su hijo se haga cargo de efectuar una tarea, y usted imite el comportamiento que le causa frustración. Diviértase y dramatice exageradamente la situación, (esto no es igual a «remedar» a alguien). Su niño se dará cuenta de lo que sucede, y usted no tiene que decirle, «¿Cuántas veces te he dicho. . . ?»

- No convierta en crisis cada situación. Si su niño «derrama la leche», tenga varias toallas de papel o una toalla de cocina a la mano y deje que su niño limpie lo que derramó. Esto no es un castigo; más bien, es enseñar a su niño a ser responsable de sus actos y a arreglar las cosas. Nadie es perfecto.

- Sea muy consistente. Los niños aprenden las reglas de comportamiento observando y participando. La regla, «No se permiten dulces», puede que en realidad sea, «Me compran dulces en la tienda hasta que mi mamá y mi papá digan «no» tres veces y hasta que yo llore». No implante reglas a menos que sean importantes y que usted las sostenga.

- Castigar o golpear a su hijo raramente es la respuesta. Trate de pensar en la forma de enseñar a su hijo la conducta correcta, en vez de enseñarle a no ser descubierto. Algunas veces es necesario un «descanso» entre padres e hijo. Decir: «Necesito un momento de tranquilidad, me siento muy molesto ahora y necesito un poco de tiempo para calmarme»; es mucho mejor que estallar. Si usted pierde el control, necesita disculparse sinceramente en cuanto se calme. No olvide, su hijo imitará su actitud a pesar de lo que le diga.

- Puede evitar a su hijo un comienzo prematuro en drogadicción ayudándolo a desarrollar un auto-concepto positivo y fomentando su higiene mental. Desafortunadamente, los niños pueden «probar» alcohol y drogas a cierta edad; eso no quiere decir que se van a convertir en alcohólicos o en drogadictos. La curiosidad y la drogadicción **NO** son lo mismo. Existe evidencia científica de que algunas personas fisiológicamente corren más riesgo que otras de convertirse en adictos. Este riesgo puede reducirse con higiene mental.

# Confíe en Su Hijo

Tú eres especial para mí . . .

Yo sé que tú siempre tratarás de hacer las COSAS CORRECTAS . . .

Empiece AHORA a educar a los niños a crecer fuertes contra las DROGAS.

Los niños QUIEREN hacer las cosas correctas. Nosotros podemos ayudarlos haciéndoles saber que confiamos en que ellos hagan lo que es correcto. Nosotros les damos fortaleza haciéndoles saber que creemos en ellos.

Permita que sus niños sepan que son deseados y amados. Hágales sentir que ellos ocupan un lugar especial en su vida. Cuando los niños tienen el sentido de pertenencia en una familia, en un grupo, en una cultura, ellos se desarrollan mentalmente fuertes y capaces de escoger hacer las cosas correctas. Es difícil hacer la elección correcta. Requiere instrucción. Requiere práctica. Requiere apoyo. Cuando damos esas cosas a nuestros niños, ellos tienen lo que necesitan para CRECER FUERTES.

Porque alguien cree en mí, yo creo en mí mismo.

**INTERÉS FAMILIAR** *Esta hoja de información acentúa la importancia de hacer que el niño se sienta deseado, amado y confiado. Cuente a su hijo historias de la familia. Comparta con él o ella memorias felices de su infancia. Mirando fotografías de la familia y diciendo a su niño los nombres de los parientes que rara vez ve, es otra forma de darle el sentido de pertenencia.*

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# ¡Dibuja algo que te haga sentir bien!

**INTERÉS FAMILIAR** *Esta actividad puede ser la primera expresión de «gracias» del niño y también le ayuda a comunicar sus sentimientos positivos. Su hijo puede decorar su recámara con dibujos de sus «buenos sentimientos» hechos a lo largo de varios meses. También puede colocar algunos de sus buenos sentimientos sobre la puerta del refrigerador u otro lugar de la casa. Esta actividad tiene muchos usos, puede hacer varias copias para tenerlas a mano. Puede también utilizar una hoja de papel en blanco.*

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# ¿Qué te hace enojar? Dibújalo.

**INTERÉS FAMILIAR** *Para muchos adultos controlar la ira y los sentimientos negativos es un problema muy serio. La ira reprimida ocasiona enfermedades físicas, enfermedades mentales y pésimas relaciones con los coetáneos. Se dice que la depresión es ira reprimida y aún los infantes pueden diagnosticarse deprimidos. Estos sentimientos son más fáciles de expresar durante la infancia. Una forma apropiada de controlar la ira es dibujando lo que nos molesta. Cuando su hijo se muestre frustrado o enojado, proporciónele esta hoja de actividad o una hoja en blanco para que al dibujar en ella, desahogue sus sentimientos infelices. Su hijo quizás quiera romper la hoja después de hacer su dibujo para «deshacerse» de su ira. (¡Hasta usted mismo puede usar algunas de estas hojas cuando se sienta enojado y no pueda sobreponerse!)*



Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# Valoriza la Buena Salud

## ¡NOS GUSTA CONOCER NUESTROS CUERPOS Y SABER CÓMO CUIDARLOS!

Los niños que aprenden a cuidar su salud, no solamente se enferman menos sino que están menos propensos a comer o beber cosas que puedan dañarlos. Poniendo usted el buen ejemplo es la mejor manera de fomentar en sus niños buenos hábitos de salud. Ayudar a toda su familia a desarrollar hábitos saludables es también importante.

Planee la manera de que formen parte de su vida los hábitos siguientes:

- ejercicio frecuente
- descanso normal
- alimentación balanceada
- limpieza personal
- aseo de los dientes
- ¡risa abundante!

**INTERÉS FAMILIAR** *Esta hoja de información familiar está diseñada para ayudar a su niño a desarrollar buenos hábitos de salud. Es más probable que los niños que hacen ejercicio junto con sus familias desarrollen hábitos fisioculturales comparados con los niños que no lo hacen. Un programa regular de ejercicio es benéfico para toda la familia; puede incluir caminatas y muchas actividades divertidas interiores y al aire libre. Poner el buen ejemplo es el ingrediente más importante para enseñar a su niño cómo conservarse sano. No olvide usted que la risa abundante es un hábito saludable y necesario para con- servarse fuerte tanto física como mentalmente.*

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

¡AY! ¡AY!
¡GUS ESTÁ HERIDO!
SE RASPÓ EL BRAZO
Y SE ROMPIÓ LA CAMISA.

¡AY! ¡AY!
ÉL ESTÁ BIEN.
ÉL SABE QUE EL DOLOR
DESAPARECERÁ.

¡AY! ¡AY!
HA APRENDIDO QUE
EL JABÓN Y EL AGUA
MATAN LOS MICROBIOS.

¡AY! ¡AY!
SI FUERA PEOR
ÉL LLAMARÍA A UN DOCTOR
O A UNA ENFERMERA.

Colorea, si quieres.

**INTERÉS FAMILIAR** *Este canto le ayudará a reafirmar con su hijo la idea de que no todas las heridas necesitan «curación» y que los dolores desaparecen. A los niños pequeños les agrada que los besen en la parte dolorida para hacerlos sentir bien y, generalmente, un poco de consuelo es suficiente. Sin embargo, algunas familias reaccionan exageradamente al menor accidente o reña con compañeros de juego, impidiendo a sus niños desarrollar buenas habilidades de adaptación.*

**Se permite reproducir esta página para su uso.**
**Permission is given to reproduce this page for student use.** © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# Establezca un Buen Ejemplo para el Uso Correcto de los Medicamentos

RECUERDE, LOS NIÑOS APRENDEN
POR LO QUE VEN
ASÍ COMO POR LO QUE SE LES DICE.

Cuando los niños nos ven tomar medicinas por la menor molestia, ellos con frecuencia se forman la idea de que es posible curar todos los males de esa manera.

Igual sucede con los malestares mentales, si nos tomamos una cerveza, comemos un dulce, fumamos «yerba» o tomamos una pastilla cada vez que nos sentimos decaídos, esto origina que los niños adquieran la idea de que es posible nunca sentirse deprimidos; que si uno se siente así, se debe tomar algo para corregirlo.

Es importante que los niños sepan lo siguiente:

1. Sentirse infeliz algunas veces es parte de la vida;

2. Para sentirse bien existen mejores formas que el tomar drogas.

Platique su problema, trate de resolverlo o tome un paseo. Existen otras cosas que podemos hacer con regularidad para sentirnos bien:

- descanso adecuado
- ejercicio
- alimentación balanceada
- aprender a convivir con los coetáneos

**INTERÉS FAMILIAR** *Es muy importante recordar que los niños aprenden por lo que ven. Los niños pueden formarse la impresión de que existe un remedio rápido para cualquier malestar--físico o mental--si ellos ven que los adultos se comportan como si eso fuera cierto. Muchas de las actividades de GUS están deseñadas para ayudar a los niños a sentirse bien consigo mismos y a encontrar formas constructivas para sentirse mejor (contrarias a los «remedios» con drogas). Es importante ayudar a su hijo a hablar acerca de lo que puede hacer para sentirse mejor. Con frecuencia esto implica el aprendizaje de cómo llevarse bien con los coetáneos. Los niños necesitan saber que los sentimientos de tristeza desaparecerán pronto y que nadie es feliz constantemente. Acoplarse con los sentimientos negativos es parte del desarrollo de una firme salud mental. Usted tiene la oportunidad de fomentar el bienestar mental de sus hijos hablando acerca de cómo resolver problemas en vez de tratar únicamente los síntomas.*



Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# MARCA CON UNA X GRANDE LAS COSAS QUE NO SON BUENAS PARA LOS NIÑOS

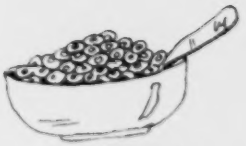
# ENCIERRA EN UN CÍRCULO LAS COSAS QUE SON BUENAS PARA LOS NIÑOS

Colorea, si quieres.

CERVEZA

CIGARRILLO

SÁNDWICH



CEREAL

PASTILLAS

VINO

MANZANA

**INTERÉS FAMILIAR** *Esta actividad desarrolla el concepto de elección. Note que la hoja indica a los niños tachar con una X grande las cosas que no son buenas para ellos y encerrar en un círculo las cosas que son buenas. Esto hace pensar al niño desarrollando su habilidad en tomar decisiones. Tenga varias hojas de esta actividad porque su hijo, al crecer, puede cambiar de opinión y comprensión. Para los adultos la mayoría de estas opciones son obvias. ¿Y, acerca de las pastillas? El doctor puede recetar pastillas al niño. ¿Debe éste de pensar que esas pastillas «son buenas» para los niños? ¿Cuándo las pastillas son buenas para los niños y cuándo no lo son? Diga exactamente a su hijo cuáles adultos pueden prescribir pastillas a los niños y que no deben aceptarlas de nadie más.*



Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# Proporcione a Su Niño Alguna Responsabilidad

Los niños necesitan tener responsabilidades. Ellos necesitan tener la oportunidad de elegir; por ejemplo: entre dos vestidos, elegir cuál va a ponerse para ir a la escuela, qué clase de jugo beber durante la hora de merendar, y así sucesivamente.

Los niños necesitan conocer el resultado de sus acciones: si suponemos que un niño alimente al pez y lo hace, el pez vivirá. Si no lo hace, el pez morirá.

Recuerde, los niños necesitan tener responsabilidades PEQUEÑAS y opciones claras y simples. Conforme los niños vayan creciendo y aprendiendo a manejar bien sus responsabilidades, auménteselas poco a poco.

TENER ALGO ESPECIAL QUE HACER NOS HACE SENTIR IMPORTANTES.

**INTERÉS FAMILIAR** *Al enseñar a su hijo como tomar decisiones usted debe fijar los límites para algunas decisiones. Si usted desea que alguna cosa se haga en forma determinada, no le permita decidir por sí mismo. Una vez que su hijo haya tomado una decisión, usted debe respetarla. Para cualquier persona es frustrante el tener la oportunidad de decidir para enseguida decirle que su decisión es incorrecta. Si a usted le desagrada permitir que sus hijos usen ropa que no combina, hágales saber primero cuáles son las prendas que van juntas, y después otórgueles la oportunidad de escoger lo que desean ponerse.*

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# Adquiriendo Responsabilidades Hogareñas

¿Ocasiona regaños el hacer labores hogareñas? Algunas veces ésto ocasiona discusiones que obliga a los padres decir, «Mejor lo hago yo».

Los niños necesitan práctica para aprender a hacer sus labores.

Necesitan también sentir agrado haciéndolas. Lo cual quiere decir:

(1) que les guste sentirse útiles y ayudarles a los demás,

(2) divertirse haciendo algo útil.

**Sugerencias:**

1. Dé a los niños labores que ellos entiendan y puedan hacer. Las labores deben ser cortas, porque la abilidad de los niños de prestar atención es limitada.

2. Permita que los niños escojan las labores que van a desempeñar. También es aconsejable que ellos decidan cuándo las van a desempeñar.

3. Gratifique a los niños por las labores que hayan terminado; pero evite castigos cuando no las hagan. Las recompensas que se dan de sorpresa surten mejor efecto; déles un abrazo o un regalito «porque estoy contenta por lo mucho que has trabajado».

4. Si usted decide que sus niños trabajen hasta lograr una meta, cerciórese de que sea algo que pueden lograr pronto. Las metas que se pueden alcanzar en el transcurso del día o al día siguiente son las mejores para niños de cinco a seis años de edad. Ejemplo: «Ayúdame hoy a hacer tres labores y podrás ir al cine mañana».

5. **Recuerde,** es importante que usted premie al niño por ayudarle en una tarea, por INTENTAR ayudar, por hacerla lo mejor que puede o por hacerla mejor que la vez anterior. No espere que hagan un trabajo perfecto. Esto se logra con el tiempo, la edad y la práctica.

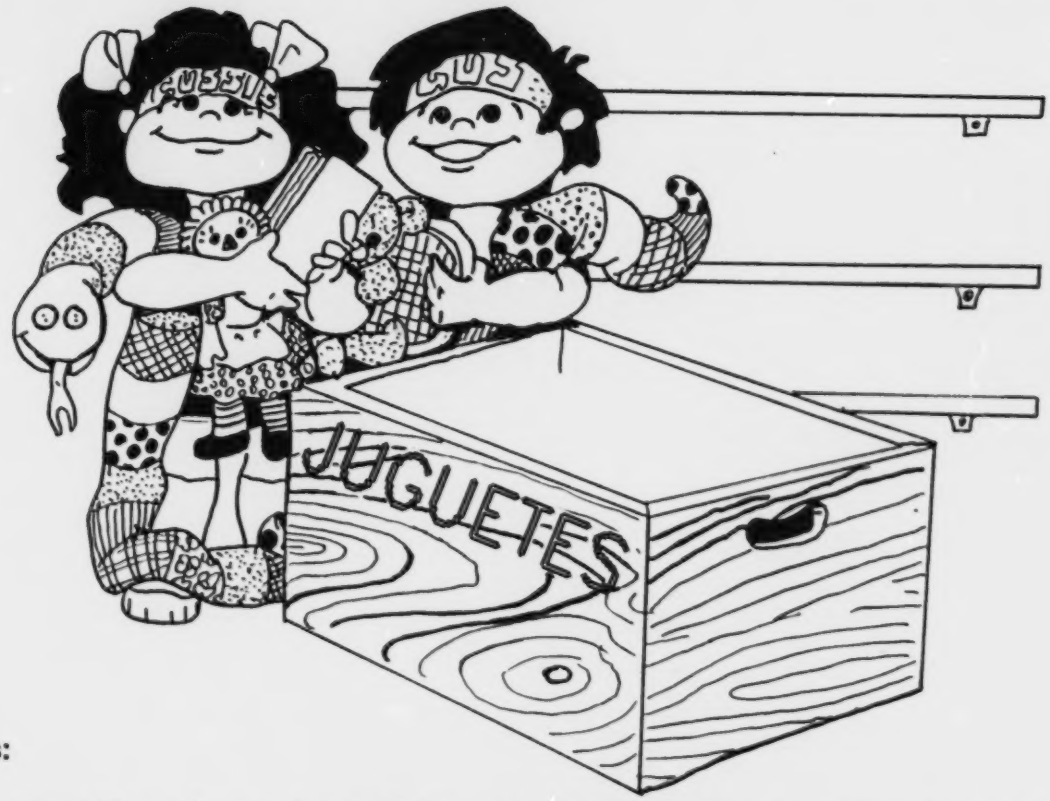
6. Hágalo en forma de juego, algunas veces. ¡Permita que su hijo le asigne las labores a usted!

7. ¡Recuerde que los niños deben JUGAR la mayor parte del tiempo! Esa es la labor más importante.

**INTERÉS FAMILIAR** *Cuelgue esta hoja donde usted la pueda ver frecuentemente. El desempeño de labores hogareñas es, por lo general, un área de conflicto y malos entendimientos entre padres e hijos. La familia se sorprende frecuentemente al oír que sus hijos ofrecen ayudar en la casa de otras personas o en la escuela, lesos mismos niños que NUNCA ayudan en su propia casa! La mayor diferencia consiste en que a los niños les gusta ayudar en la escuela o se divierten ayudando a la tía Juanita. En casa, recuerde enfatizar el comportamiento que a usted la agrada y no el que usted desearía cambiar. Esto quiere decir hacer algarabía por tareas que ya se hicieron y no castigar o regañar por las que no se ha hecho. Requiere práctica, tanto por parte suya como de los niños, pero vale la pena intentarlo.*

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# AYUDEMOS A GUSSIE Y A GUS A GUARDAR LOS JUGUETES




**Familias:**

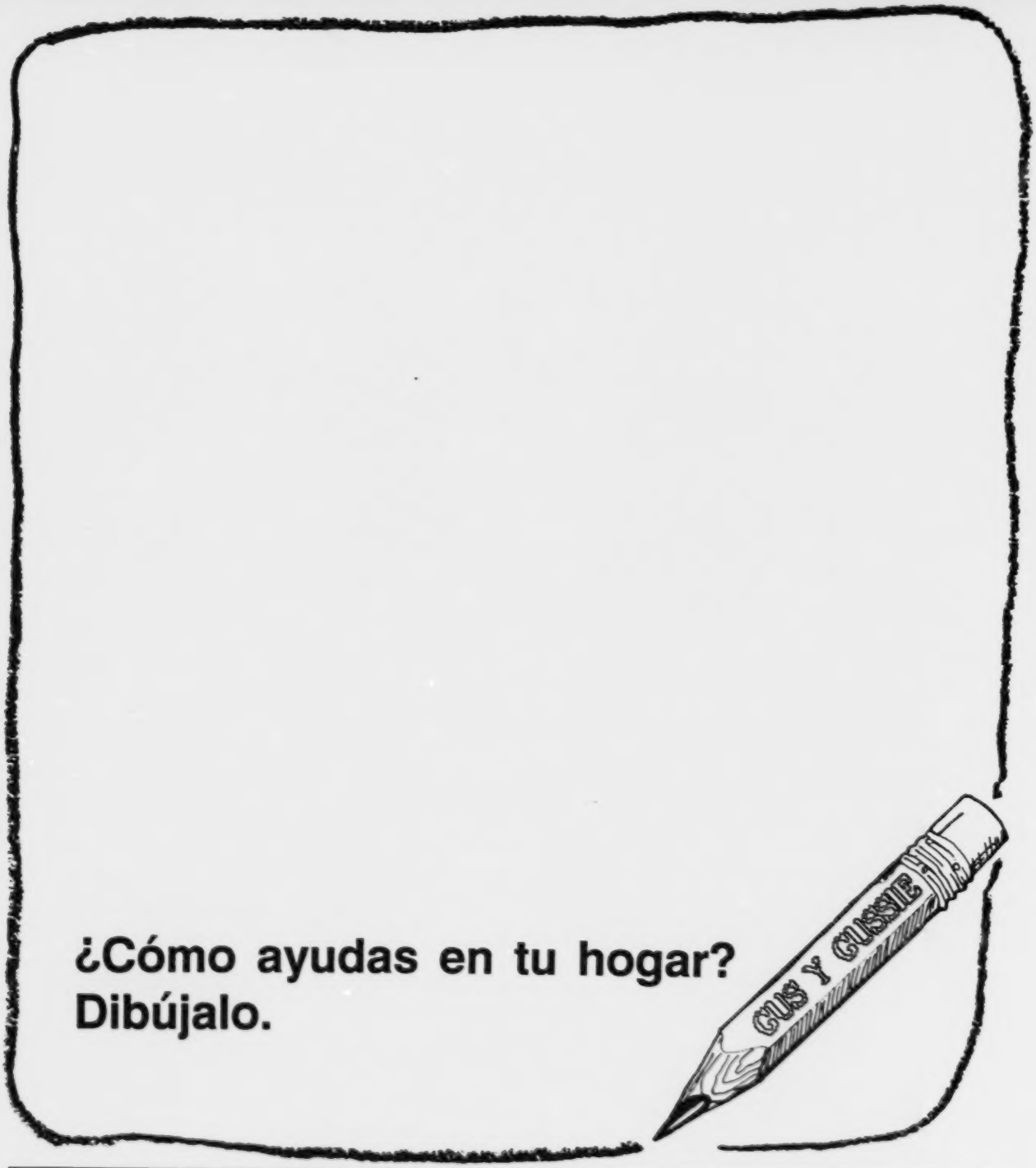
Ayuden a sus niños a buscar fotografías de juguetes para recortarlas y pegarlas en el estante y la caja de juguetes, o en vez de eso, sugiérales que las debujen.

Pregunte a sus niños:

- ¿Por qué a GUS le gusta guardar sus juguetes cuando termina de jugar?
- ¿De qué le sirve a GUS que sus juguetes estén guardados ordenadamente?
- ¿Qué utilidad es para nuestra familia que los juguetes estén debidamente guardados?
- ¿Cuándo es el mejor tiempo para que GUS y GUSSIE guarden sus juguetes?

**INTERÉS FAMILIAR** *Los niños se preguntan porqué deben de guardar sus juguetes si tienen pensado volver a jugar con ellos después. Algunas veces, regular el tiempo para guardar los juguetes ocasiona conflicto. Esta hoja de actividad debe de ayudarle a establecer reglas para guardar los juguetes. Para su hijo, ayudar a GUS y a GUSSIE puede ser como una actividad de recortar-y-pegar o dibujar. No espere que los niños pequeños recuerden las reglas sin repetirlas frecuentemente. Esta actividad es una forma agradable de ayudar a su hijo a comprender que existen buenas razones para recoger y guardar los juguetes.*

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.




# ¿Cómo ayudas en tu hogar? Dibújalo.

**INTERÉS FAMILIAR** *Usted necesita hacer varias copias de esta actividad para tenerlas a mano. Esta actividad proporciona a su niño la oportunidad de expresar sus «buenos sentimientos» cuando es útil ayudar en la casa. A usted tal vez le guste poner el dibujo de su niño como decoración o enviarlo a un familiar o amigo. Esta actividad también le permite hablar con su hijo de lo que para él o ella significa el «ser útil». ¡La opinión de su hijo puede ser o no puede ser la misma de usted! Los niños pequeños pueden carecer de la capacidad para expresar verbalmente sus sentimientos. Pero son capaces de expresarlos a través del arte, aún cuando ellos estén haciendo marcas al azar con los crayones. Esta actividad reafirmará, en particular, la información ya presentada en la hoja informativa «Asumiendo Responsabilidad en la Casa».*



Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# Permita a sus Niños a Resolver Sus Propios Problemas

NOSOTROS APRENDEMOS HACIENDO. . . . .
NOSOTROS APRENDEMOS A CONFIAR EN NOSOTROS MISMOS.

AYÚDANOS A ENCONTRAR LA RESPUESTA EN VEZ DE DARNOS LA RESPUESTA.

---

Los niños son capaces de resolver problemas cuando se les brinda la oportunidad. Ellos aprenden empezando por resolver problemas simples y mejoran conforme van creciendo. Trate de hacer preguntas que comiencen con las frases siguientes:

«¿Cuántas formas diferentes puedes tú . . . ?»
«¿Puedes hacer un . . . ?»
«¿Véamos si puedes arreglar . . . ?»
«¿Qué sucedería si . . . ?»
«¿Cómo podrías tú . . . ?»
«¿Es posible que . . . ?»

Permita a los niños a resolver sus propios problemas cuando puedan. Ayúdeles cuando se necesita.

**INTERÉS FAMILIAR** *Esta hoja de información familiar hace notar que ayudando a los niños a encontrar sus propias soluciones a los problemas, en vez de darles siempre las respuestas, aumentará la confianza en sí mismos, así como su habilidad de solucionar problemas. Usted no estará ahí siempre para darles las respuestas, por lo tanto es lógico dejar que los niños resuelvan sus propios problemas cuando puedan. Desde luego, saber cuándo pedir ayuda es parte del aprendizaje a resolver problemas.*

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# Ayude a Su Niño a Aprender Cómo Solucionar Mejor Sus Problemas

**Pruebe estos juegos:**

¿Cuántos usos diferentes puedes dar a una caja de zapatos? ¿A una bolsa de papel? ¿A una piña de pino? ¿A una pala llena de arena?

¿Qué haríamos si la puerta se cerrara de golpe y nos quedáramos afuera? ¿En cuántas maneras diferentes podríamos entrar otra vez? ¿Cuáles serían las mejores?

¿En cuántas formas diferentes puedes pensar para ayudar a un amigo que es nuevo en la escuela?

Haga preguntas; por ejemplo: «Pepe tiene catarro. ¿Qué podemos hacer para que Pepe se sienta mejor?»

**Sugerencias para los padres:**

Conceda a los niños tiempo suficiente para hablar acerca de una idea. Sea paciente cuando ellos tengan dificultades en convertir sus pensamientos a palabras.

Vigile a sus niños mientras tratan de resolver problemas. Esto muestra su consentimiento y los motiva a seguir probando.

Cuando su niño esté trabajando duro y concentrado en un problema, dígale: «¡Me gusta tu forma empeñosa de trabajar!»

La presión de los adultos puede ocasionar que el niño, en vez de tratar de resolver el problema, se esmere solamente en agradar al adulto.

Solucionar problemas es una labor difícil que requiere mucha práctica, apoyo y aprobación. Los que mejor solucionan sus problemas:

- prueban formas diferentes
- buscan nueva información
- no se dan por vencidos sin haber intentado varias soluciones antes
- piden ayuda cuando la necesitan.

Las soluciones que no funcionan, no son fracasos necesariamente.

**Pregúntese a sí mismo:**

¿Qué hace su hijo para ayudar a resolver problemas?
¿Resuelven usted y su hijo los problemas de la misma manera?
¿Cuál es la mejor calidad de su hijo para resolver problemas?
¿Cómo le ayuda si niño a resolver problemas?

**INTERÉS FAMILIAR** *Esta actividad deberá formar parte de su rutina diaria. Cuando en la familia existen limitaciones de tiempo, los adultos pueden encontrarse solucionando todos los problemas por sí mismos, con objeto de acelerar las cosas. Si usted se encuentra diciendo, «Déjame hacerlo yo», «Hazlo así», o «No tengo tiempo para esperar a que tú lo hagas», ¡recuerde que su niño cuando tenga diez, doce o veintidós años de edad--quizás todavía estará dependiendo de usted para que le solucione sus problemas! Puede practicar con su niño en el automóvil a solucionar problemas para pasar el tiempo. Puede hacerlo en el consultorio del doctor, mientras están esperando; platicar con su hijo puede ser un pasatiempo útil. Para hacer de ésto una buena enseñanza, será importante que usted y su hijo discutan las razones que él o ella hayan tenido para tomar sus decisiones. Require mucha práctica y confianza en sí mismo continuar buscando alternativas para solucionar un problema, en vez de darse por vencido diciendo, «Esto es muy difícil para mí». En la mayoría de los problemas, una solución parcial es mejor que ninguna. Los niños crecen con las experiencias. Así es que, alabe a su niño por «tratar» de solucionar problemas, sin enfocarse únicamente en sus éxitos.*

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# Permita a los Niños Decir ¡No!

## LOS NIÑOS NECESITAN TOMAR SUS PROPIAS DECISIONES. ASÍ ADQUIEREN EXPERIENCIA EN APRENDER A SER RESPONSABLES.

**Ponga a su alcance opciones sencillas:**

¿Qué cuento leemos esta noche?
¿Para desayunar deseas cereal o pan tostado?
¿Cuál camiseta limpia deseas ponerte ahora?
¿Cuál de estos conjuntos de ropa deseas ponerte para ir con tu abuelita?
¿Prefieres ver hoy «Sesame Street» o «Mr. Rogers»?

Cuando usted haya dado a su hijo la oportunidad de elegir, usted **debe** aceptar su elección, aún cuando ésta no sea la que usted hubiera preferido. Por lo tanto, usted debe dejarlo decidir siempre y cuando esté bien cualquiera que sea su decisión. Proporciónele esta clase de oportunidades tanto como sea posible, y siempre respete la decisión del niño. Esta es la única forma de enseñar efectivamente la responsabilidad de tomar decisiones. Con el tiempo su niño será capaz de adquirir más responsabilidades y participar en tomar decisiones familiares.

**INTERÉS FAMILIAR** *En esta hoja se comenta la importancia de proporcionar a los niños experiencia en tomar decisiones. Los niños a quienes se permite tomar decisiones y decir «no» cuando son pequeños, es más probable que sepan resistir la presión de sus coetáneos en los años posteriores. Aprender a tomar decisiones es, definitivamente, el área en que usted puede ayudar a su hijo a desarrollar buenos hábitos.*

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# Vamos a la Tienda

Frecuentemente a los niños les es difícil decir «no» a cosas que han visto en la televisión, tales como juguetes y cereal dulce para el desayuno. Esta actividad les ayudará a decir «no».

**¿Porqué aprender a comprar?**

Su hijo mejorará diciendo «no» a cosas que no necesita.
Su hijo aprenderá a tener responsabilidad.
Su hijo se sentirá contento de participar en el cuidado de las necesidades familiares.
Sus viajes a la tienda serán más divertidos (y hasta puede ahorrarse algún dinero).

**¿Cómo hacerlo?** (haga una lista; vayan juntos de compras; chequeen la lista)

1. Haga la lista por escrito. Platique con sus niños acerca de esa lista.
2. Deje que sus niños escojan dos o tres cosas de la lista (cosas que ellos puedan reconocer en las alacenas). Sus niños estarán encargados de ver que esos artículos sean puestos en la canasta. Hágaselos saber así.
3. A medida que usted camine por cada pasillo de la tienda, tache cada artículo que haya sido puesto en la canasta.
4. Si sus niños pueden alcanzar los artículos de que están encargados, permita que los pongan en el carrito; si no, ellos pueden señalarlos y usted puede dárselos para ponerlos en el carrito (Los niños pueden alcanzar para usted las cosas bajas.)
5. ASEGÚRESE de comprar únicamente lo que está en su lista, (aún cuando usted recuerde que necesita otras cosas).
6. En la cola, mientras espera su turno, deje a sus niños revisar la lista para asegurarse de que han adquirido todo el contenido.
7. Cuando acaben, halágueles a sus niños por su habilidad para comprar y por su ayuda. (Hága esto aún cuando las cosas no hayan salido exactamente de acuerdo con sus planes.)

**Sugerencias:**

Asegúrese, anticipadamente, que usted y sus niños están de acuerdo en cuanto al trabajo que cada uno tendrá en la tienda.

A menos que hayan terminado de comer, tomen una merienda antes de salir.

En vez de la lista por escrito, pueden usar dibujos o fotos de anuncios en el periódico.

Recuerde, ésta es una forma nueva de hacer las cosas. Toma tiempo para hacerlo correctamente, pero cada vez se le facilitará más.

En el automóvil, durante el camino, puede cantar canciones con su niño, tales como, «Voy de Compras con Papá», «El Viejo McDonald», o «Aquí Vamos a la Tienda». ¡Su niño puede enseñarle canciones!

## ¡DIVIÉRTASE!

**INTERÉS FAMILIAR** *Necesita repetir esta actividad con su niño muchas veces. Sin embargo, no es necesario que saque copias de esta página a menos que usted guste compartirla con otra persona. Como todos los aprendizajes nuevos, mientras más lo repita, más fácil lo encontrará. Ir a comprar los comestibles parece ser una área conflictiva entre padres e hijos, sobre todo porque las tiendas están diseñadas para provocar «el impulso de compra». Haga la prueba. Permita que su hijo le ayude y asegúrese de premiarle a su nuevo ayudante, aunque usted se sienta cansado o el viaje a la tienda haya sido corto.*

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

**AYUDE A GUSSIE A ENCONTRAR EL CAMINO PARA VISITAR A GUS. ¿QUÉ DEBE HACER ELLA PARA LLEGAR AHÍ A SALVO?**

OBEDECER LAS LEYES DE TRÁNSITO

NO DETENERSE A PLATICAR

EVITAR LOS VIDRIOS ROTOS

ALEJARSE DEL PERRO

TENER CUIDADO

Puede haber más de una forma correcta para hacer esto.
Motive a su niño a encontrar más de un camino seguro.

**INTERÉS FAMILIAR** *Esta actividad está diseñada para proporcionar a su niño experiencia en tomar decisiones relacionadas con su seguridad. Es aconsejable tener a mano varias copias de esta hoja para usarlas de vez en cuando con su niño. Hable de las diferentes situaciones que se presentan en esta hoja de actividad. A medida que su niño descubra las rutas alternativas que GUSSIE puede seguir en su intento de visitarlo a GUS, motívelo a que verbalice las razones que tuvo para tomar esas decisiones. Usted y su niño pueden hacer un recorrido por su barrio para observar y comentar acerca de las situaciones seguras e inseguras.*



Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

«Hoy yo _____

Esto me ayuda a _____

_____

_____

_____

¡Me divertí mucho!
¡Pregúntame por qué!»

«Hoy yo _____

Esto me ayuda a _____

_____

_____

_____

¡Me divertí mucho!
¡Pregúntame por qué!»

«Hoy yo _____

Esto me ayuda a _____

_____

_____

_____

¡Me divertí mucho!
¡Pregúntame por qué!»

«Hoy yo _____

Esto me ayuda a _____

_____

_____

_____

¡Me divertí mucho!
¡Pregúntame por qué!»



Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

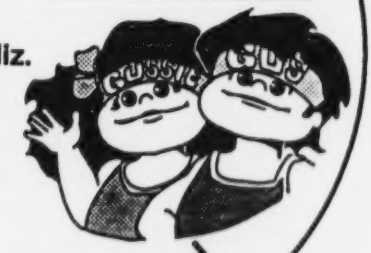
Premio

tuvo un día feliz.
¡Pregúnteme!

Día de Felicidad

Premio

tuvo un día feliz.
¡Pregúnteme!




Día de Felicidad

Premio

tuvo un día feliz.
¡Pregúnteme!

Día de Felicidad

Premio

tuvo un día feliz.
¡Pregúnteme!

Día de Felicidad

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# Diplo-Grama

**Se otorga el presente diploma de honor a**

_____

**por lo siguiente** _____

**firma** _____ **fecha** _____

Se permite reproducir esta página para su uso.
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# Felicigrama

**Tengo el gusto de communicarle que**

_____

**ha aprendido a**

_____

**fecha** _____

**firma** _____

**Se permite reproducir esta página para su uso.**
Permission is given to reproduce this page for student use. © 1989, University of Oklahoma Board of Regents through the Center for Child and Family Development claims copyright and trademark rights in the overall appearance of the GUS and GUSSIE characters.

# GROWING • UP • STRONG™

GROWING UP STRONG (GUS) is a mental wellness and substance abuse prevention program for children in preschool through sixth grade with Spanish Bilingual and American Indian supplements. Developed by the Center for Child and Family Development at the University of Oklahoma in partnership with the Oklahoma Department of Mental Health and Substance Abuse Services, GUS is:

- ☑ **Research-based**
- ☑ **Adaptable**
- ☑ **Proven Effective**
- ☑ **Affordable**
- ☑ **Multicultural**
- ☑ **Replicable**

**GUS promotes a positive self-concept through enhanced self-esteem and:**

**Life Skills Development**

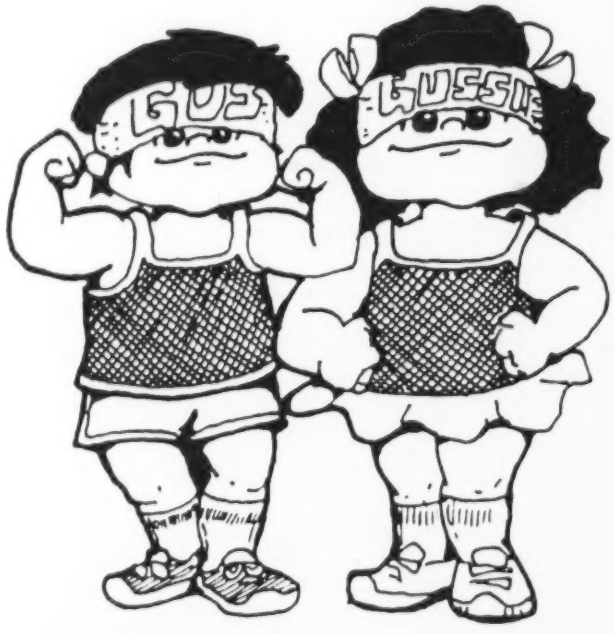
- decision-making
- accepting responsibility
- problem-solving
- assertiveness
- personal safety

**Family Involvement**

**Cross-Age Education**

- peer leadership
- peer support

**Cooperative Learning**




Center for Child and Family Development
555 E. Constitution St., Suite 221
Norman, Oklahoma 73037-0005
(405)325-1446

---

Continuing Education and Public Service
The University of Oklahoma

2/91

# Sample Activities from the GROWING UP STRONG™ Program

**Spanish Bilingual Sample**

## Plan Now for On-Site Training

The Center for Child and Family Development offers on-site training for GROWING UP STRONG from the preschool program through sixth grade. GUS training is individualized to meet the specific needs of each school district or child development program so the costs will vary.

On-site training ranges from a two-hour overview to a comprehensive training and evaluation package. Certified GUS Master Trainers are located throughout the United States to further reduce training costs.

**For additional information or to arrange on-site training contact:** Center for Child and Family Development, 555 E. Constitution St., Suite 221, Norman, Oklahoma 73037-0005; (405)325-1446; (800)522-0772 ext. 1446 (inside Oklahoma); (800)523-7363 ext. 1446 (outside Oklahoma).

# GUS ORDER FORM



## GROWING UP STRONG Kits

*We recommend one kit per teacher. Prices are subject to change without prior notification.*

**GROWING UP STRONG™**
**for Preschoolers (Second Edition)**
*Contains a GUS folder, Teacher's Guide, family involvement duplication masters, and a GUS poster.*
# _____ Kit(s) @ $25 = $ _____

**GROWING UP STRONG™**
**for Kindergarten and First Graders**
*Contains a GUS folder, Teacher's Guide, family involvement duplication masters, and a GUS poster.*
# _____ Kit(s) @ $25 = $ _____

**GROWING UP STRONG™**
**for Second and Third Graders**
*Contains a GUS folder, Teacher's Guide, family involvement duplication masters, and a GUS poster.*
# _____ Kit(s) @ $25 = $ _____

**GROWING UP STRONG™**
**for Fourth Graders**
*Contains a GUS folder, Teacher's Guide, duplication masters, and a GUS poster.*
# _____ Kit(s) @ $25 = $ _____

**GROWING UP STRONG™**
**for Fifth and Sixth Graders**
*Contains a GUS folder, Teacher's Guide, duplication masters, and a GUS poster.*
# _____ Kit(s) @ $25 = $ _____

**Spanish Bilingual Supplement**
**for Preschoolers**
*Contains a GUS folder, Teacher's Guide, family involvement duplication masters, and a bilingual GUS poster.*
# _____ Kit(s) @ $20 = $ _____

**Spanish Bilingual Supplement**
**for Kindergarten through Third Graders**
*Contains a GUS folder, Teacher's Guide, family involvement duplication masters, and a bilingual GUS poster.*
# _____ Kit(s) @ $20 = $ _____

**American Indian Supplement**
**for Preschoolers through Third Graders**
*Contains a GUS folder, Teacher's Guide, and a GUS poster.*
# _____ Kit(s) @ $20 = $ _____

Make your check, money order, or purchase order payable to the University of Oklahoma (no cash, please). A purchase order number is required on all orders to be billed to schools, agencies, and other organizations.

**Total Page 1** = $ _____

**Total Page 2** = $ _____

**Postage & Handling (10%)** = $ _____

**Grand Total** = $ _____

Send your completed order to: Center for Child and Family Development, The University of Oklahoma, 555 E. Constitution St., Suite 221, Norman, Oklahoma 73037-0005; (405)325-1446

**Name** _____ **Billing Address** _____

**Title** _____ **City** _____ **State** _____ **Zip** _____

**Agency** _____ **Purchase Order Number** _____

# GUS ORDER FORM

## Dolls, Puppets and Accessories



**GUS and GUSSIE**
**Soft-sculpture Dolls**
*GUS and GUSSIE are trademarks of the GROWING UP STRONG™ program. The dolls become the children's friends and confidants. Each set contains one GUS and one GUSSIE doll in a clear vinyl carrying bag. The dolls are clothed in denim shorts and GROWING UP STRONG™ t-shirts.*

*20" dolls are recommended for preschool through first grade.*

# ____ 20" doll sets @ $49 = $ _____

*24" dolls are recommended for second and third grades.*

# ____ 24" doll sets @ $59 = $ _____

---

**GUS and GUSSIE Puppets**
*Colorful, felt, hand puppets for use in classroom activities preschool through fourth grade. Each set contains a GUS and a GUSSIE.*

# ____ sets GUS Preschool puppets @ $15 = $ _____
# ____ sets GUS Grade K-1 puppets @ $15 = $ _____
# ____ sets GUS Grade 2-3 puppets @ $15 = $ _____
# ____ sets GUS Grade 4 puppets @ $15 = $ _____

---

**GUS and GUSSIE's Multicultural Friends**
*Six multicultural puppet friends for use with preschool through fourth grade.*

# ____ sets MCF puppets @ $45 = $ _____

---

**GROWING UP STRONG™ Buttons**
*Colorful buttons proclaim "I'm GROWING UP STRONG!"*

# ____ sets of 50 buttons @ $15 = $ _____

---

**GROWING UP STRONG™ Magnets**
*Vinyl covered magnets help children display their artwork and activities at home.*

# ____ sets of 50 magnets @ $25 = $ _____

---

**Happygrams and Award-O-Grams**
*Brightly colored, printed awards for positive reinforcement that children can share with their families. Packaged for immediate use.*

# ____ *sets of 100 Happygrams @ $10* = $ _____
# ____ *sets of 100 Award-O-Grams @ $10* = $ _____

---

**Total Page 2 = $ _____**

**Transfer this total to Page 1**